

# わくわくくらぶ

## ジュニア

2024年5月号



### 放課後等デイサービス

今年は例年よりも早く暑くなるそうですね🌞  
教室でも水分補給の声掛けをしていこうと思いますので、水筒のご持参をよろしくお願いたします♪5月も楽しい活動盛りだくさんです☆☆

#### <保護者会のお知らせ>

5/22(水)25(土)に  
保護者会を行います。  
法令改定のご説明と、活動のご報告としてスライド投影を行いますので是非ご参加ください。

#### <受給者証の提出についてお願い>

記載内容に変更があった時にはあたらしく  
緑色の受給者証が発行されます。  
ご自宅に届きましたら教室にご持参ください。  
また他事業所のご利用を開始された場合も  
必ずご持参ください

#### 今月の活動

アスレチック運動 ~5/1 	あいさつ練習 5/8~11 
ジェスチャーゲーム 5/13~18	脳トレ&駄菓子買い物 5/20~25 
ファミリーデーカード 5/27~6/1 	今月のイベント 5/2(木),5/7(火)…パソコンクラブ、 5/14(火),16(木)…クレープつくりと宿題応援、 5/28(火),30(木)…お金の学習と宿題応援
小学生のソーシャルスキルトレーニング 【話し合いとワーク】*専門的支援* ゲームに負けそうなとき・負けた時 勝った時 どうしたらいい?	中高生の活動 【話し合いとワーク】*専門的支援* 授業参加術：聞き方の工夫・発言・発表 会話：きっかけ作り・話に入る・会話のマナー

※イベントのお申込みは電話メール、またはラインにてお待ちしております♪

#### 公認心理師・神谷先生からの☆ワンポイントアドバイス

#### 休みの日でも睡眠時間を一定に保ちましょう！

長期休みなどに夜更かしや朝寝坊のクセがついてしまうと戻るのが大変です。  
平日早く寝ようとしても中々眠れず、浅い睡眠になって朝ぼーっとしてしまう事もあります。  
体調を整えるのに睡眠はとても重要です。  
特に感覚過敏のある人たちは体調が優れないときほど過敏になる事があると言われています。  
イライラやかんしゃく気味の時は睡眠を見直していただく事をお勧めします。



#### <ブログのご案内>

お子さん達の楽しんでいる様子や頑張っている様子を  
公式HPのブログよりご覧いただけます♪